Gândeşte-te la ceea ce ai, nu la ceea ce ai pierdut!

>>> continuare din pagina 1

Modelul medical al dizabilităţii consideră că problema aparţine individului şi că numai un tratament medical o poate rezolva. El neagă valoarea indivizilor, utilitatea socială şi individualitatea, întrucât ei nu corespund normelor general acceptate ale societăţii noastre. Acest model este de asemenea cunoscut sub numele de modelul tragediei sau al caritătii şi perpetuează adesea modul în care persoanele cu dizabilităţi sunt văzute de către societate.

Definiţia Organizaţiei Mondiale a Sănătăţii:

- „Dizabilitatea este orice restricţie sau lipsă (rezultată în urma unei infirmităţi) a capacităţii (abilităţii) de a îndeplini o activitate în maniera sau la nivelul considerate normale pentru o fiinţă umană".

Etichetele medicale sunt de multe ori înşelătoare pentru că nu exista doi oameni în întregime asemănători. Etichetele medicale tind să consolideze stereotipuri cu privire la persoanele cu dizabilităţi ca pacienţi care sunt bolnavi, neputincioşi şi dependenţi în întregime de medici.

Modelul social al dizabilităţii contestă definiţia dată de către medici şi a fost elaborată de către un grup de persoane cu dizabilităţi care a reuşit să scape din îngrijirea instituţională în 1976, acest grup fiind cunoscut sub numele de **Uniunea Persoanelor cu Infirmităţi Fizice Împotriva Izolării.** Definiţiile sunt:

- **Infirmitate:** lipsa parţială sau totală a unui membru, sau o defecţiune a acestuia, a unui organ sau funcţie a organismului.
- **Dizabilitate:** dezavantajul, sau restricţia la îndeplinirea unei activităţi cauzate de societatea în care persoana respectivă trăieşte şi care ţine prea puţin sau chiar deloc seama de persoanele care au infirmităţi fizice sau mintale, excluzându-le astfel de la participarea în cadrul activităţilor sociale obişnuite. Prin urmare, dizabilitatea fizică este o formă particulară de opresiune socială.
- Conform acestei clasificări, oamenii au infirmităţi şi nu dizabilităţi. Aceste clasificări nu neagă existenţa problemei dizabilităţii, însă o localizează în societate. Limitările individuale, de orice natură ar fi, sunt percepute ca fiind numai unul dintre factori.

Mult mai important este, spun ei, că societatea nu se asigură că nevoile persoanelor cu dizabilităţi sunt pe deplin luate în seama la organizarea socială.

Prin urmare, conform Modelului Social, **dizabilitatea este o stare socială, şi nu o condiţie medicală.**

Pentru a ţine seama de toate formele de opresiune socială şi de toate infirmităţile, **Organizaţia Internaţională a Persoanelor cu Dizabilităţi (DPI)** a adoptat şi redefinit definiţia dizabilităţii în 1981 ca fiind:

„Lipsa sau limitarea de şanse care împiedică persoanele care au infirmităţi să ia parte la viaţa obişnuită a comunităţii la un nivel de egalitate cu ceilalţi din cauza barierelor fizice şi sociale pe care trebuie să le înfrunte".

Multe organizaţii care astăzi sunt conduse şi controlate de către persoanele cu dizabilităţi, lucrează în cadrul şi pentru promovarea Modelului Social al Dizabilităţii. Unele consilii de pe tot cuprinsul ţării au adoptat deja o definiţie a Modelului Social. Lucrând în acest fel se asigură egalitatea privind accesul şi se combate discriminarea la toate nivelurile din organizaţie şi din comunitatea locală şi chiar pe un plan mai larg.

Cunoaşterea unei puţine istorii a Modelului Social, ne va ajuta să înţelegem de ce utilizăm un anumit limbaj şi de ce unele cuvinte şi expresii care în trecut erau acceptabile, acum sunt jignitoare.

Eticheta „Defectuos"

Am cumpărat un prăjitor nou de pâine dar nu merge? L-am dus înapoi la magazin iar şeful de magazin a spus: „Îmi pare rău, trebuie să fie stricat. Îl luăm înapoi şi vă dăm unul nou".

Dăm înapoi bebeluşii care au „defecte din naştere"?

Termenul cel mai potrivit şi plin de respect este „un copil cu o dizabilitate congenitală".

Eticheta „cu dizabilităţi"

Termenul „cu dizabilităţi" nu este potrivit. Reporterii de trafic spun „vehicul dizabilitat" sau specialiştii IT spun „computerul a fost dizabilitat", în sensul că „este stricat" sau „nu merge".

Nota Bene: persoanele cu dizabilităţi nu sunt stricate!

Eticheta „Handicapat"

„Handicapat" este un termen arhaic (care nu mai este folosit în legile federale) care evocă imagini negative de milă, frică şi altele. Cuvântul are originea în engleza veche a jocului de schimb, în care cel care pierdea era lăsat cu mâna în pălărie, lucru care însemna că ieşea în dezavantaj. Originea legendară a cuvântului care începe cu H se referă la o persoană cu dizabilităţi care cerşeşte cu pălăria în mână.

Persoanele cu dizabilităţi se constituie în cel mai mare grup minoritar din ţara noastră**.** Este şi cel mai inclusiv şi divers: indiferent de sex, orientare sexuală, vârstă, religie, nivel socio-economic, etnie sau reprezentare. Şi totuşi, persoanele care au fost diagnosticate cu dizabilităţi sunt toate diferite una de alta. Singurul lucru în comun este că sunt receptorii unei anume discriminări, neînţelegeri sau prejudecăţi a societăţii.

Mai mult, acest mare grup minoritar este cel din

>>> continuare în pagina 14

Există şi oameni fericiți

Biholar Constantin

Cei apropiați îmi spun Titi, sunt din comuna Putna, județul Suceava, am 33 de ani (i-am împlinit în aprilie, din care 14 ani i-am petrecut în pat sau în căruțul cu care sunt plimbat).

Deci, în 5 august 1993, în urma unui accident stupid, am rămas imobilizat la pat, fiind paralizat de la piept în jos. Denumirea bolii este tetraplegie cominutivă flască, adică nu mă pot folosi nici de mâini, nici de picioare; practic nu pot face absolut nimic, picioarele nu le simt deloc, deci nici nu le pot mişca, iar mâinile, dacă le țin întinse cu degetul mare în sus, simt doar partea de deasupra, pe toată lungimea brațului, ceea ce mă face să le pot mişca, dar fără a-mi putea fi de ajutor, acest lucru pentru că, neputând să-mi mişc degetele, nu pot face aproape nimic, ca să nu mai spun şi că, din cauză că nu pot folosi decât o mică parte a muşchilor brațului, obosesc extrem de repede şi nu mă pot folosi de ele decât pentru un timp foarte scurt (de exemplu, pentru a vă putea scrie aceste câteva rânduri mi-au trebuit circa 20 de minute).

Deci, din acea clipă, când am avut accidentul, viața mea activă practic s-a încheiat. Nu este uşor să încerci să trăieşti şi să încerci să mergi mai departe atunci când îți dai seama că nu mai poți face nimic, nici măcar pentru tine, iar la ceilalți nici nu are rost să te gândeşti.

Este minunat atunci când Dumnezeu face parte din viața ta, când Îl simți în viața ta de zi cu zi şi când Îl laşi pe El să-ți călăuzească viața...

Nu-ți dai seama de ceea ce se întâmplă cu tine decât după o anumită perioadă, apoi începi să lupți singur împotriva neputinței şi a gândului imobilizării, dar puterea slăbeşte repede iar speranțele şi nădejdiile pe care le aveai sau pe care încearcă medicii, familia şi prietenii să ți le insufle, se evaporă în neant mai repede decât se acumulează.

Atunci ai nevoie de o familie tare şi unită, care să te susțină şi să te întărească în momentele dificile, pentru că prietenii te lasă în timp şi prieteniile se termină, totul se reduce la un: "Bună! Ce mai faci? Bine! Pa!" Nu poți să iei în nume de rău aceste lucruri, fiecare are propriile obligații şi nimeni nu poate sta numai cu tine, timpul nu se opreşte în loc, iar lumea nu a început şi nu se sfârşeşte cu tine, dar până să ajungi la această concluzie treci prin toate stările: de la ură şi până la gândul sinuciderii, dar chiar şi în momentul în care ajungi să înțelegi că nu mai ai ce face şi începi să te consolezi, rămâi cu gîndul vieții neîmplinite şi a neputinței de a face ceva să te poți ajuta pe tine însuți sau pe ceilalți din jurul tău şi care-ți sunt aproape. Ajungi să trăieşti doar pentru faptul că prezența ta contează totuşi pentru cei din familia ta (dacă simți că ei vor asta) şi să înveți să zâmbeşti doar pentru a-i vedea fericiți, iar în acest fel ajungi un actor desăvârşit, pentru că înveți să ascunzi ce ai cu adevărat în inimă şi ceea ce gândeşti cu adevărat.

Eu am avut noroc de o familie unită, care m-a susținut şi mă susține mereu, iar de mai mult de 3 ani (mai exact de pe data de 11 martie 2004) Dumnezeu m-a binecuvântat şi cu o soție minunată, care mă iubeşte nespus de mult şi care vrea cu tot dinadinsul să mă vadă fericit, făcând orice pentru acest lucru şi care, indiferent de ceea ce ar crede unii, este perfect sănătoasă, atât fizic cât şi psihic (a absolvit cu notă foarte mare Şcoala Postliceală Sanitară), iar în ceea ce priveşte diferența dintre dragoste şi milă, în 13 ani am învățat să fac această diferență foarte bine şi, în plus, după atâta timp îți dai seama de sentimentele celor din jurul tău, căci nu se pot ascunde...

Nu am pretenții speciale, vreau doar ca oamenii să nu mă privească ciudat, ci ca pe un om normal, ceea ce pare destul de dificil pentru cei mai multi, dar asta este...

Cam asta este de spus despre mine, m-am lăsat luat de val şi nu mai reuşeam să mă opresc...

Este minunat atunci când Dumnezeu face parte din viața ta, când Îl simți în viața ta de zi cu zi şi când Îl laşi pe El să-ți călăuzească viața...

Cuvintele speranței (VI)

Ion Buciuman

"De aceea şi Eu vă spun: Cereți şi vi se va da, căutați şi veți găsi, bateți şi vi se va deschide."

Luca 11: 9

Credința va modela puternic forma şi conținutul cererilor noastre. Credința ne ajută să înțelegem mai bine nevoile reale ale celor pe care dorim să-i ajutăm. Credința ne ajută să ne înțelegem mai bine pe noi înşine şi să ne clarificăm propriile noastre nevoi. Prin credință vedem mai bine şi înțelegem mai corect care este planul divin cu privire la ce ar dori Dumnezeu ca noi să facem şi, mai ales, cum doreşte Dumnezeu să fim.

...

Este infinit mult mai multă speranță în suferința care ne păstrează aproape de Dumnezeu, decât în prosperitatea care ne-ar putea îndepărta de El. Putem fi siguri însă că tot ceea ce Dumnezeu a promis că ne va da, dacă cerem cu credință şi cu gânduri bune, El ne va da şi va împlini pentru noi aceste făgăduințe. O mulțime de asemenea lucruri aşteaptă de multă vreme să ne fie oferite, dar ele nu ne aparțin pentru că noi nu le cerem, pentru că nu ştim despre ele şi nici nu credem că le vom putea avea.

Cum trebuie să înțelegem această promisiune a Învățătorului oamenilor? Putem, oare, trage concluzia că este suficient să dorim şi să cerem ceva, pentru a fi siguri că primim tot ceea ce dorim? Iar dacă nu se întâmplă aşa, cine este de vină? Care este explicația?

Pentru a înțelege corect un pasaj biblic, sunt necesare câteva condiții minime de înțelegere şi interpretare. Altfel, concluziile pe care le tragem, nu se potri-vesc nici cu intenția autorului şi nici cu adevărul pe care Dumnezeu doreşte să-l cunoaş-tem. Una dintre aceste reguli de bază este să citim întregul context în care apare această declarație biblică. Dacă este aşa, atunci trebuie să ținem cont despre ce vorbea Mântuitorul atunci când a spus cuvintele citate de noi.

Într-o zi Isus Se ruga într-un

loc anumit. Unul dintre ucenici L-a văzut rugându-Se şi a dorit să învețe şi el să se roage. Ucenicul a înțeles că puterea şi înțelepciunea Maestrului erau detereminate de taina rugăciunii Sale. Răspunzând acestei solicitări, Mîntuitorul a repetat aceleaşi idei despre rugăciune pe care le spusese şi pe Muntele Fericirilor. În principiu, El a spus încă o dată rugăciunea Tatăl Nostru, dar El a continuat să aprofundeze această temă, povestind pilda prietenului care avea oaspeți şi a mers în miez de noapte să ceară pâine pentru vizitatorii săi.

Înțelegem acum de ce avea omul nostru din parabolă curajul să-şi deranjeze prietenii şi vecinii la o asemenea oră nepotrivită. El nu cerea pentru sine acele pâini, ci pentru a servi pe cei care tocmai poposiseră de pe drum şi aveau nevoie de hrană. Deci, rugătorul nostru dorea să ajute pe cineva şi nu avea cele necesare pentru aceasta. Concluzia Mîntuitorului a fost aceea că chiar dacă nu s-ar scula prietenul să-l împrumu-te pe cel ce cerea pentru că îi era prieten, tot o va face pentru că insista cu vehemență. Şi îi va da tot ceea ce a cerut. În acest context, apar

>>> continuare în pagina 05

>>> continuare din pagina 04

cuvintele pe care le studiem noi în acest moment.

Cu alte cuvinte: atunci când cerem ceva de la Dumnezeu pentru a face pe cineva să se simtă mai bine, sau pentru a împlini nevoile cuiva, avem toate motivele să sperăm că cererea noastră a fost, sau va fi, ascultată. Am cunoscut oameni ai credinței, care nu cereau niciodată cuiva dintre oameni ajutor pentru a fi de folos copiilor orfani pe care îi aveau în îngrijire, dar de fiecare dată acest ajutor venea de undeva. Rămâne proverbial filantropul englez George Muller, care a fost în stare să poarte de grijă unui număr de 14.000 de orfani, doar cerând de la Dumnezeu şi pri-mind de la oameni subvențiile de care avea nevoie.

Bine, vom spune: acestea sunt lucruri care s-au întâmplat de mult, dar acum nu mai sunt asemenea rugăciuni ascultate. Evidențele contrazic un asemenea punct de vedere. Cunosc oameni contemporani cu noi care continuă să săvârşească aceleaşi fapte mari ca şi marii oameni ai credinței de altădată.

Am spus: oameni ai credinței, pentru că elementul credinței joacă un rol la fel de determinant ca şi motivul cererii noastre în rugăciune. Credința va modela puternic forma şi conținutul cererilor noastre. Credința ne ajută să înțelegem mai bine nevoile reale ale celor pe care dorim să-i ajutăm. Credința ne ajută să ne înțelegem mai bine pe noi înşine şi să ne clarificăm propriile noastre nevoi. Prin credință vedem mai bine şi înțelegem mai corect care

este planul divin cu privire la ce ar dori Dumnezeu ca noi să facem şi, mai ales, cum doreşte Dumnezeu să fim.

Într-o manieră foarte clară, apostolul Iacov ne explică faptul că dacă cerem ceva doar pentru a risipi în plăcerile noastre, nu putem să ne aşteptăm ca Dumnezeu să răspundă promt la o asemenea cerere. A se citi cu atenție Iacov 4: 3 unde se spune că rugăciunea ratează atunci cînd motivele nu sunt bune.

În înțelegerea rugăciunilor ascultate şi neascultate, trebuie să luăm în calcul şi posibilitatea ca Dumnezeu să răspundă în mod limitat sau chiar negativ. Putem folosi aici cazul apostolului Pavel. După experiența sa de la poarta Damascului, unde strălucirea slavei divine l-a adus la realitate de pe culmile mîndriei sale spirituale, Pavel a rămas cu o infirmitate destul de sâcâitoare, probabil dificultăți de vedere. Pentru lumea bună din vremea aceea o asemenea infirmitate era considerată o mare ruşine. În mod evident, Pavel, ca un ales al Domnului, încerca să obțină clemență de la Dumnezeu şi să-şi recapete vederea, dar Bunul Tată ceresc a găsit de cuviință să răspundă negativ la o asemenea rugăciune. Dumnezeu considera că harul divin îi era îndestulător şi că suferința avea să-l păstreze pe apostolul neamurilor într-o binecuvântată dependență față de El.

Această situație se poate repeta cu fiecare dintre noi. Este infinit mult mai multă speranță în suferința care ne păstrează aproape de Dumnezeu, decât în prosperitatea care ne-ar putea îndepărta de El. Putem fi siguri însă că tot ceea ce Dumnezeu a promis că ne va da, dacă cerem cu credință şi cu gânduri bune, El ne va da şi va împlini pentru noi aceste făgăduințe. O mulțime de asemenea lucruri aşteaptă de multă vreme să ne fie oferite, dar ele nu ne aparțin pentru că noi nu le cerem, pentru că nu ştim despre ele şi nici nu credem că le vom putea avea. În asemenea situație, studiul serios al Cuvântului divin ne va ajuta atât să distingem ceea ce Dumnezeu ne-a făgăduit, cât şi ne va alimenta credința care poate să mute munții şi să ne facă umblarea şi cărarea, senină şi binecuvântată.

Şi totuşi...

"De aceea şi Eu vă spun: Cereţi şi vi se va da, căutaţi şi veţi găsi, bateţi şi vi se va deschide."

(Luca 11: 9)

Într-o noapte am lucrat din greu ca să asist o mamă la naştere, dar în ciuda tuturor strădaniilor noastre, ea a murit lăsând în urma un bebeluş mititel, născut prematur, şi o fetiţă de doi ani, plângând. A fost dificil să păstrăm bebeluşul in viaţă, deoarece nu aveam incubator (nu era electricitate pentru alimentarea unui incubator) şi nimic care să faciliteze metodele necesare şi speciale de hrănire.

Cu toate că ne aflăm la ecuator, nopţile erau deseori friguroase, cu accese înşelătoare. Una din moaşele studente a mers după cutia pe care o aveam pentru asemenea copii şi după scutecul de bumbac în care bebeluşul avea să fie înfăşurat. Alta a mers să pună lemne pe foc şi să umple o sticlă cu apă fierbinte. Puţin mai târziu, a venit înapoi supărată şi mi-a spus că, în timp ce umplea sticla, aceasta s-a crăpat. Cauciucul se distruge uşor în climatul tropical.

"*Şi era ultima noastră sticlă pentru apa fierbinte!*" exclamă ea. Aşa cum în Vest nu are nici un rost să plângi pentru laptele vărsat, aşa şi în Africa Centrală poate fi considerat fără rost să plângi dupa sticle sparte. Dar nu cresc în copaci şi nu sunt nici magazine pe cărările pădurii. "*Bine*", i-am spus "*pune copilul lângă foc cât se poate de aproape ca să fie în siguranţă şi tu culcă-te între bebeluş şi uşă ca să-l aperi de curent. Misiunea ta e să ţii copilul cald.*"

Următoarea zi, pe la prânz, aşa cum făceam în majoritatea zilelor, am mers să mă rog cu fiecare dintre copiii orfani care voiau să mă însoţească. Le-am dat celor mici diferite sugestii pentru motive de rugăciune şi le-am spus şi despre bebeluş. Le-am explicat problema noastră, aceea de a ţine copilul tot timpul destul de cald, menţionând şi despre sticla pentru apă fierbinte. Bebeluşul putea muri imediat dacă făcea friguri. Le-am spus şi despre sora lui de doi ani, care plânge pentru că mama ei a murit. O fetiţă de zece ani, Ruth, s-a rugat cu obişnuita sinceritate concisă a copiilor noştri africani. "*Doamne, te rog*", s-a rugat ea "*trimite-ne o sticlă. Nu mâine, că n-ar mai fi de nici un folos pentru că mâine copilul va fi mort, ci trimite-o, te rugăm, în după-amiaza asta.*" În timp ce mă sufocam în mine din pricina îndrăznelii rugăciunii, ea a adăugat în încheiere: "*Şi dacă tot te ocupi de asta, n-ai vrea să trimiţi şi o păpuşică pentru fetiţă, astfel încât să ştie că Tu te gândeşti la ea?*"

Aşa cum se întâmplă deseori la rugăciunile copiilor, eram pusă într-o situaţie dificilă. Puteam să spun din toată inima: "Amin"? Pur şi simplu nu credeam că Dumnezeu ar putea face asta. O, da, ştiam că El poate face orice. Aşa spune Biblia. Dar sunt limite, nu-i aşa? Singurul mod prin care Dumnezeu putea răspunde acestei rugăciuni aparte era primirea unui pachet de acasă. Eram în Africa de mai mult de patru ani şi niciodată nu primisem nici măcar un pachet de acasă; şi chiar dacă cineva mi-ar fi trimis un pachet, cine ar fi pus în el o sticlă pentru apă fierbinte? Eram doar la ecuator!

La jumătatea după-amiezii, în timp ce predam la şcoala de asistente, am primit un mesaj că era o maşină la uşa din faţă a casei mele. Când am ajuns acasă, maşina plecase, dar acolo, pe verandă, era un pachet mare, de mai multe kilograme. Am simţit cum mi se adunau lacrimi in ochi. N-am putut să deschid singură pachetul, aşa că am trimis după copiii orfani. Împreună am scos şnurul, desfăcând cu grijă fiecare nod. Am împăturit hârtia, având grijă ca să nu o rupem degeaba. Curiozita-tea şi emoţia creşteau. Treizeci sau patruzeci de ochi priveau cu cea mai mare atenţie cutia cea mare de carton. Întâi am scos pulovere împletite, frumos colorate. Ochii le străluceau când le-am împărţit. Apoi am găsit bandaje tricotate pentru pacienţii leprozeriei şi copiii păreau puţin plictisiţi. A urmat o cutie de stafide - aveam să facem şi să umplem un cuptor cu minunate chifle pentru week-end. Când am controlat din nou cu mâna în cutie, am simţit... ar fi putut fi? Am apucat şi am scos din cutie "*da, o sticlă de cauciuc pentru apă fierbinte, nou-nouţă!*" am strigat. Nu-l cerusem lui Dumnezeu s-o trimită; de fapt nici n-am crezut că El va trimite aşa ceva.

Ruth era în primul rând de copii. S-a repezit în faţă, strigând: "*Dacă Dumnezeu a trimis sticla, sigur este şi păpuşa!*" Scotocind prin cutie, ea scoase o păpuşă mică, îmbrăcată minunat. Ochii îi străluciră! Nu se îndoise deloc. Uitându-se la mine, întrebă: "*Aş putea merge cu tine, mami, să dau păpuşica acelei fetiţe ca să ştie că Isus cu adevărat o iubeşte?*"

Acel pachet călătorise timp de cinci luni. Fusese trimis de fostul meu instructor de la Şcoala Duminicală, al cărei lider a auzit şi a ascultat îndemnul lui Dumnezeu de a trimite o sticlă pentru apă fierbinte chiar la ecuator! Şi o fetiţă pusese înăuntru o păpuşă pentru un copil african - cu cinci luni inainte - ca răspuns la rugăciunea plină de credinţă a uneia de zece ani care a spus "*în după amiaza asta*". **"*Înainte ca să Mă cheme, le voi răspunde!*"** Isaia 65: 24

Trimisă de **Gheorghe Micoti**

Asistența de recuperare a parkinsonianului

DINU MARDARE
Profesor CFM Principal
Spitalul Clinic de Urgență
Bagdasar-Arseni București

Asistența de recuperare a parkinsonului are următoarele obiective principale:

1. **Ameliorarea mobilității**. Parkinsonul are serioase dificultăți de mişcare şi locomoție datorită rigidității şi akineziei la inițierea mişcărilor. Cu timpul, se adaugă şi limitarea amplitudinilor pasive de mişcare, articulare, datorită scurtărilor tisulare adaptative produse prin limitarea prelungită a mişcărilor active.

Deşi s-au descris o serie de metode kinetice complexe, practic, pentru realizarea acestui obiectiv merită să se rețină câteva tehnici relativ simple care pot fi executate şi la domiciliul pacientului cu ajutorul unui membru din familie instruit în acest sens.

a) Masajul decontracturant este bine să preceadă orice program kinetic.

b) Baia caldă (36° - 37°) are efect bun de despasticitate. O remarcă se impune: bolnavul cu parkinson suportă mai bine recele decât căldura, aceasta ca un efect al dereglărilor lui vegetative. Totuşi, această caracteristică a parkinsonienilor nu contraindică baia caldă de 15-20 min. pentru relaxare.

c) Rotațiile cervicale şi ale trunchiului pe care pacientul le va începe încă de dimineață în pat. Se va rostogoli într-o parte, apoi în cealaltă, repetând de câteva ori. Aceste rostogoliri vor fi precedate de rotații ale capului spre stânga şi dreapta. Aceste rotații cresc mobilitatea membrelor şi ameliorează echilibrul la ridicarea din pat. Rotațiile de cap şi trunchi se vor executa şi din poziție şezând pe marginea patului, ca şi din ortostatism.

d) Întinderile musculaturii flexoare.

e) Tehnici de facilitare proprioceptivă, în cazurile mai severe, ce se execută de un membru din familie. Dintre aceste tehnici recomandăm:

- *rotația ritmică* - se fac rotații pasive fiecărui membru în axul lui, solicitând verbal pacientul să se relaxeze. Când ajutorul simte că bolnavul are segmen-tul destul de relaxat, va executa mobilizări pasive ale fiecărui segment pe întreaga cursă de amplitudine a mişcării normale;
- *inițierea ritmică* - poate continua tehnica de mai sus. Această tehnică se execută la început tot pasiv, solicitând verbal pacientul să lase segmentul cât mai relaxat, iar ajutorul i-l va mişca pasiv, amplu, într-o direcție, apoi în cea contrară. Treptat, pacientul este solicitat să contribuie activ la această mişcare mişcare activo-pasivă, iar în final ajutorul va imprima o moderată opoziție mişcării active realizată de pacient. Subliniem că mobilizările segmentelor trebuie făcute pe toată amplitudinea de mişcare, şi în toate sensurile de mişcare articulare.

f) În cazurile în care rigiditatea parkinsoniană nu este prea avansată, nu este necesar să recurgem la tehnicile de facilitare de mai sus, fiind suficiente mobilizările libere active pe care pacientul le va executa pe toată amplitudinea, din decubit, şezând şi ortosta-

>>> continuare în pagina 08

>>> continuare din pagina 07

tism. Se execută exerciţii ale membrelor şi ale trunchiului flexii-extensii, lateralităţi, rotaţii. Cel puţin o parte din aceste exerciţii este indicat să se execute în faţa oglinzii. La început, ele sunt simetrice, executându-se concomitent cu ambele membre superioare sau inferioare, în aceeaşi direcţie. Treptat, se va antrena disimetria de mişcare. De exemplu, în timp ce membrul superior drept se anteflexează, cel stâng face abducţie etc.

Desigur că exerciţiile se vor repeta în timpul zilei.

M. Knott recomandă o tehnică proprie, zisă a "pompajului" sau "ritmică", pentru a obţine o bună mobilitate. În această tehnică, se mişcă pasiv un segment pe toată amplitudinea, apoi imediat pacientul execută activ, ritmic, aceeaşi mişcare din ce în ce mai repede. După câteva zile de astfel de exerciţii, se va constata că şi fără "pompajul" iniţial hipokinezia segmentelor lucrate s-a ameliorat semnificativ.

g) prevenirea sau respectiv corectarea posturilor vicioase caracteristice parkinsonului (cap şi gât înclinate înainte, cifoză dorso-lombară, şolduri şi genunchi flectaţi) se realizează tot în faţa oglinzii, prin autocontrolul permanent, ca şi prin exerciţii şi posturi de realiere din decubit, din ortostatism sau şezând. Importante sunt posturile de decubit ventral pentru prevenirea sau corectarea tendinţei la flexum de şold.

Atenţie asupra exerciţilor posturale!!! Ele nu trebuie prelungite şi, obligatoriu, vor fi urmate de mobilizări active, deoarece parkinsonianul are tendinţa la imobilizări, fixări posturale, aspecte care reprezintă obiective esenţiale ale kinetoterapiei.

h) utilizarea intensivă a stimulilor senzoriali metoda Stefaniwsky şi Bilowit este considerată ca cea mai eficientă pentru a asigura o ameliorare a akineziei de

pornire ca şi a hipokineziei în general. Stimulii senzoriali vor determina o mai bună recrutare a potenţialelor de acţionat a unităţilor motorii, crescând viteza de iniţiere şi de desfăşurare a mişcării. Ca stimuli senzoriali se utilizează: strigatul, fluieratul, bătutul din palme, metronomul, muzica ritmică ca şi ritmul mişcărilor asistentului, toate realizate în ritmuri progresiv crescânde, în care vor intra şi mişcările pacientului. Şi stimulii tactili pot avea acelaşi efect. Spre exemplu, atingerea pe umăr cu mâna de către asistent, atingere realizată în ritmul dorit.

În 3-4 săptămâni după acest gen de exerciţii se constată o netă ameliorare a ritmului de mişcare a pacientului, a mersului lui şi, ceea ce ar părea inexplicabil, a vorbirii, deşi exerciţiile nu au urmărit acest scop.

2. **Ameliorarea coordonării.** Parkinsonismul determină, datorită rigidităţii, hipokineziei, a tremurăturilor (deşi sunt neintenţionate), deficit de coordonare care, manifestat de la dificultăţile de scris până la activităţile de auto-îngrijire, trebuie să reprezinte un obiectiv important pentru recuperare. Pentru realizarea acestui obiectiv se recurge la:

a) asocierea rotaţiei trunchiului cu paşii de mers sau cu mişcări ale braţelor în ritmuri variate.
b) mers cu păşiri variate (mers încrucişat, lateral, îndărat, păşit peste obstacole, etc.) sau cu dezechilibrări voite (mers pe vârfuri, mers cu "aruncarea" unui braţ înainte sau în abducţie, "cules" de obiecte mici de pe jos în timpul mersului, etc.).
c) exerciţii de aruncat în ţintă cu mingea, joc de popice, menţinere în echilibru pe mână a unui obiect, etc.
d) terapie ocupaţională cât mai multe ore pe zi, selectată din activităţile casnice şi, eventual din diverse jocuri de agrement.

3. **Ameliorarea mimicii**. Figura "de ceară" a parkinsonismului este rezultatul rigidităţii feţei. Această expresie de mască devine neplăcută atât pentru bolnav, cât şi pentru cei din jurul lui.

Exerciţiile de mimică trebuie începute cât mai precoce. Se execută în faţa oglinzii de 2-3 ori pe zi, la început fiind analitice (mişcări izolate ale frunţii, sprâncenelor, pleoapelor, obrazului, gurii), apoi globale, de expresie (de râs, de plâns, de mirare, furie, veselie).

4. **Ameliorarea respiraţiei**. Rigiditatea toracoabdominală, mai ales în cazurile mai avansate, creează parkinsonianului dificultăţi ventilatorii de tip restrictiv la care uneori se asociază şi alte cauze, dat fiind vârsta pacientului (spre exemplu, un sindrom obstructiv bronşic).

Reeducarea respiratorie la bolnavii parkinsonieni se bazează pe exerciţii de relaxare generală şi locală-toracică, exerciţii respiratorii toracale, apoi abdominale şi în final abdomino-toracal inferioare. Important este ca respiraţia să fie ritmată pe comanda verbală.

În ceea ce priveşte tratamentul tulburărilor psihice, despre care s-a amintit la clinica bolii, problema este dificilă, deoarece neurolepticele pot agrava starea motorie prin blocarea receptorilor dopaminergici. Tranchilizantele şi somniferele se pot folosi, dar cu prudenţă, căci determină o scădere a interesului şi participării bolnavului la mobilizare şi efort. Antidepresivele sunt indicate şi bine suportate. În acelaşi timp, se recomandă o intensificare a activităţii fizice şi a exerciţiilor de recuperare motorie.

Bibliografie: Recuparea medicală la domiciliul bolnavului (Tudor Sbenghe)

Galbenelele

NOTĂ: ***Scopul acestei rubrici este de a ajuta cititorii să folosească în mod raţional resursele terapeutice ale plantelor medicinale. Pentru diagnosticul şi tratamentul bolilor apelaţi la medicul de familie sau la un medic specialist.***

Gălbenelele (Calendula officinalis) sunt atât de răspândite încât împodobesc, aproape fără excepţie, orice grădină, fiind mult apreciate, nu numai ca plante medicinale, ci şi ca plante ornamentale. În scop medicinal se recoltează florile (Flos Calendulae).

Substanţe active şi proprietăţi

Florile de gălbenele sunt deosebit de apreciate ca remediu natural datorită numeroaselor substanţe active conţinute în ele. Cele mai reprezentative sunt uleiul volatil, substanţele amare, substanţele triterpenice, rezinele, carotenoidele, flavonozidele, saponinele, taninul, răşinile şi mucilagiile.

Majoritatea efectelor benefice constatate în medicina populară au fost confirmate de medicina ştiinţifică. Preparatele fitoterapeutice din florile de gălbenele au acţiune emenagogă, antispastică, coleretică, antiseptică, cicatrizantă, antiinflamatoare şi de activare a circulaţiei periferice. Uleiul extras din gălbenele, alături de alte substanţe cu efecte similare, are proprietăţi antiparazitare. În afecţiunile oculare, un studiu efectuat de specialişti din România a arătat efecte pozitive în cheratita herpetică.

Experimental, extractul de gălbenele a demonstrat o marcată acţiune hipoglicemiantă, proprietăţi imunomodulatoare, antiedematoase. Extrem de interesante sunt studiile *in-vitro* efectuate în Venezuela, care au pus în evidenţă capacitatea unor extracte din gălbenele de a inhiba replicarea virusului HIV.

Indicaţii terapeutice

Preparatele fitoterapeutice din gălbenele sunt utile în tulburările de ciclu menstrual, în afecţiunile hepatice şi biliare.

Principiile active din gălbenele se pretează pentru tratarea locală a plăgilor de diverse origini, a înţepăturilor de insecte, a degerăturilor şi arsurilor, a infecţiilor localizate ale pielii, a plăgilor care se vindecă greu - plăgile atone - în terapia acneei precum şi pentru ameliorarea tenurilor uscate. Extractul din gălbenele este folosit în tratamentul pe cale naturală al giardiozei, iar după unii autori este util ca adjuvant în tratamentul ulcerului gastric şi duodenal.

Preparare şi administrare

Pentru uz intern, infuzia se prepară din 2 linguriţe de flori de gălbenele la o cană cu apă. Se beau 2-3 căni pe zi.

Pentru uz extern, sub forma spălăturilor locale, se prepară o infuzie din 3 linguri de plantă, la 1 litru de apă. Pentru uz extern, sub formă de comprese locale, se prepară o infuzie din 2 linguri de plantă la o cană de apă.

Pentru uz cosmetic, în îmbunătăţirea tenului uscat, unii autori propun loţiunea sau compresele din flori de gălbenele, pentru care se prepară o infuzie concentrată, din 4 linguri de flori, la o cană de apă.

Intră în compoziţia granulelor Aqua-femina, a cremei Armon, Hebe-radex şi Hebe-caliana, a unguentului Hebe-cavis şi a unguentului cu propolis Hebe-provo, a tabletelor Gastrovit şi Uroplant, a comprimatelor Galov-G şi Proprin.

Precauţii şi contraindicaţii

În medicina populară, gălbenelele erau folosite şi pentru tratamentul tricomoniazei vaginale. Nu toţi autorii sunt, însă, de acord cu această indicaţie, datorită riscului de acutizare a infecţiei cronice şi de extindere a infecţiei şi a inflamaţiei la organele învecinate.

Diverse

Se estimează că extractul de gălbenele figurează ca ingredient în aproape 200 de preparate cosmetice. Datorită pigmenţilor prezenţi în ele, florile de gălbenele sunt utilizate în industria alimentară ca agenţi de colorare, pentru a da o tentă gălbuie unor produse, cum ar fi, de exemplu, margarina.

Dr. VALENTIN NĂDĂŞAN

Materialul a fost preluat cu permisiunea autorului din volumul „Plantele medicinale uzuale în fitoterapie” Editura Prisma 2003.

Dacă doriţi să ne adresaţi întrebări suplimentare în legătură cu fitoterapia, puteţi să o faceţi accesând adresa de internet http://www.sanatateplus.net secţiunea „Întrebări”, subsecţiunea „Întrebări medicale”.

AŞA DA! Vă mulţumesc tuturor celor ce aţi scris (mă refer la toţi, nu numai la cei al căror nume apare la această rubrică) şi… s-o ţinem tot aşa.

SCRIEŢI în continuare, însă căutaţi să fie, pe cât posibil, şi bogate în conţinut: gânduri, creaţie, experienţa vieţii, etc.

Marin I. Claudiu
Amara (Ialomiţa)

Vă mulţumim din suflet că existaţi pentru a ne încălzi sufletele cu speranţă şi daţi un rost mai bun vieţilor noastre. Toată stima şi urările noastre de bine celor ce cu slove înfloresc suflete triste şi dezamăgite de vâltoarea destinului. Doar prin revista aceasta de suflet, în sufletele noastre mai poate apărea un strop de strălucire, o rază de sclipire pe chipurile mereu întunecate de tristeţe şi neîmplinire.

Un ochi râde, celălalt plânge! Un ochi râde, dat fiind efectul benefic al revistei asupra noastră, a celor ce o citim; un ochi plânge, date fiind condiţiile şi starea sufletească a multora dintre noi. Soluţia: să ne încredem în Cel care ştie ce înseamnă durerea, dar care ştie şi cum să o aline.

Popescu Nicoleta
Bughea de Jos (Argeş)

Ce oare ne poate face fericiţi? Unde putem găsi fericirea?

Eu cred că fericirea o putem găsi, dar nu în orice loc; şi mai cred că fericirea nu poate fi cumpărată şi că banii nu aduc fericirea. Câţi oameni care au munţi de bani, nu sunt nefericiţi? Banii pot face oamenii săraci fericiţi, dar numai pentru un timp, atât cât îi au, iar după aceea sunt din nou nefericiţi.

Cu banii putem face multe lucruri, dar nu putem cumpăra fericirea cu ei. Eu cred că putem fi fericiţi atunci când facem un bine celor de lângă noi. Atunci suntem fericiţi şi noi şi cei cărora le-am făcut un bine.

Sunt întru-totul de acord! În plus, pentru mine (şi sunt sigur că şi pentru tine), a fi fericit înseamnă a-L avea pe scumpul Mântuitor în inima şi-n viaţa mea şi de-a asculta şi trăi, prin puterea Lui, Cuvântul Său.

M-au impresionat toate cele ce ai scris, însă pe prima nu am scris-o deoarece existau şanse să fie percepută greşit, iar pe a doua, conform şi Cuvântului Său, eu nu sunt adeptul şi nu cred deloc în noroc, ci doar în Providenţa bunului Dumnezeu (de multe ori de neînţeles, dar întotdeauna spre binele nostru, al oamenilor, pentru a căror mântuire şi fericire, S-a întrupat, a suferit şi S-a jertfit Rom. 8: 28)

Bidian Elena
Brăila

Am primit revista „Împreună". Citind-o, am rămas neplăcut surprinsă şi tristă aflând că mulţi dintre noi (şi eu) nu am mai scris de mult. M-am hotărât pe loc să scriu, lăsând deoparte piedicile sau ceea ce credeam eu a fi o piedică.

Citesc Biblia şi am aflat de mulţi ani că Dumnezeu are un plan pentru fiecare dintre noi. Pe parcursul întregii Biblii am găsit versete de o frumuseţe dumnezeiască, atât de vii şi de lucrătoare, încât multe le-am fixat în memoria mea, în inima mea, şi până la sfârşitul vieţii mele le voi considera Balsamul Sfânt care Dumnezeu mi l-a dat ca să am un refugiu, o cetate de salvare. Când le recitesc, le simt cum mă întăresc şi aştept clipa când ele, făgăduinţele lui Dumnezeu, vor lucra în viaţa mea.

„Veniţi la Mine" ne spune Isus. Lui Îi predăm lacrimile, bolile şi, mai ales, întunericul din mintea noastră, cerând Lumina Lui care, luminând asupra noastră, ne vedem goi, fără acele calităţi care le cere Cel de Sus de la noi şi atunci ascultăm cum Dumnezeu ne spune: „Învăţaţi de la Mine căci Eu sunt blând şi smerit cu inima".

Îmi doresc nespus de mult să am blândeţea şi smerenia Domnului Isus. Şi iar vin zile şi mă întreb: „Doamne, care este planul Tău pentru mine?"

Şi eu îmi doresc nespus de mult acest lucru şi sunt sigur că şi mulţi dintre cititorii revistei. Bunul Dumnezeu să te ajute şi să ne ajute pe toţi!

Cât despre of-ul din inima ta, văd că ai descoperit Izvorul puterii de a accepta, de a răbda, de a iubi, de a…. Ai înţeles: mă refer la El şi la Cuvântul Său: Biblia. Continuă să rămâi în braţele Lui şi să-ţi răcoreşti sufletul pârjolit din făgăduinţele şi prezenţa Sa.

Mihăescu Simona
Târgovişte

Domnul este „un ajutor care nu lipseşte niciodată în nevoi", de aceea El îngăduie şi lipsa, tocmai pentru a preţui mai mult belşugul binecuvântărilor Sale.

Cel ce veghează asupra tuturor lucrurilor îngăduie în viaţa copiilor Săi şi necazuri; noi trebuie să preţuim Mâna prin care El ne corectează. El răneşte pentru ca tot El să vindece. Domnul va veghea ca necazul să fie, în cele din urmă, spre binele nostru. Nimeni şi nimic nu poate trece peste ceea ce hotărăşte El.

Când crucea Domnului Isus Hristos este în centrul unei vieţi, când lucrul pentru El este făcut cu râvnă şi evlavie, viaţa celui credincios întâmpină greutăţi şi împotrivire. Dar Domnul a pregătit şi harul izbăvirii. El este Acela care are soluţia pentru greutăţile noastre şi tot El este Acela care dă biruinţă în împotrivire şi în orice ispită. El le îngăduie însă pentru a întări credinţa copiilor Săi şi pentru a le da prilejul de a merge mai departe cu El.

Ne putem încrede în El ca să ne dea ce ştie El că este cel mai bun lucru pentru noi, chiar dacă n-ar fi ce am vrea sau am gândi noi că ne trebuie. El ne va face să cunoaştem pe deplin voia Lui în orice hotărâre ne-ar sta înainte dacă ne lăsăm călăuziţi şi dacă suntem gata să renunţăm la voinţa noastră. A depinde în orice moment de Domnul este un lucru minunat, preţuit mai ales în situaţiile cele mai dificile.

Dumnezeu ne mângâie în toate necazurile noastre, iar cu cât intensitatea încercării creşte, creşte şi biruinţa şi lauda adusă Celui ce o îngăduie şi care ne-a promis: „Nicidecum n-am să te las; cu nici un chip nu te voi părăsi." (Evrei 13: 5)

În orice împrejurare a vieţii ştim că Domnul Însuşi merge înaintea noastră, El ne întăreşte, ne îmbărbătează şi ne este alături în tot ceea ce facem, dacă ascultăm în toate lucrurile de voia Sa şi umblăm prin credinţă, nu prin vedere.

>>> continuare în pagina 11

>>> continuare din pagina 10

Nu am putut să păstrez aceste gânduri frumoase şi pline de încurajare numai pentru mine. Regret că nu am putut să transcriu şi versetele indicate (Ps. 27: 14; Ps. 32: 8; Is. 41: 10)

În rest… nu am cuvinte! M-aţi lăsat fără grai. Vă mulţumesc şi d-voastră şi familiei. Să mă anunţaţi când aveţi acces la internet şi adresă de e-mail.

Petrica Pricopie
Coteşti (Vrancea)

Întrebările la care suntem invitaţi să reflectăm în „sinea noastră", puse de Narcis C. Brâslaşu… Cred că fiecare om, în toată viaţa lui, ajunge să-şi pună astfel de întrebări, căutând răspuns în el însuşi sau în cei din jur.

Oricum am da-o şi oricât am încerca să batem „şaua" spre cei bogaţi şi indiferenţi, răspunsul nostru, al celor încercaţi, este unul singur „NĂDEJDEA ÎN DUMNEZEU", în ajutorul Lui şi în viaţa veşnică.

Avem nevoie de bani, poate mai mulţi, din cauza nputinţelor noastre, pentru a suplini plătind ceea ce nu putem noi face, cumpărând de gata sau plătind pe alţii să facă ceea ce noi nu putem. Dar… când banii nu sunt mai mulţi, ne mulţumim cu câţi sunt, Îi dăm slavă lui Dumnezeu pentru ce şi cât avem şi ne împăcăm cu situaţia.

Restul lumii, aceia care trăiesc departe de Dumnezeu, cu cât au bani mai mulţi, cu atât ar vrea mai mulţi pentru a-şi face o viaţă comodă, cu utilităţi de ultimă modă.

Cred că fiecare dintre noi am spune că dacă ne-am trezi bogaţi peste noapte, am da la săraci, am ajuta bătrâni, biserici, etc. În realitate, dacă am fi sinceri, am vedea că întâi ne-am face nouă viaţa mai uşoară, apoi am găsi altceva… şi altceva… până se termină bogăţia, iar pe săraci îi vom lăsa să aibă Dumnezeu grijă de ei ca şi până acum. Care dintre noi care nu avem o casă, o cameră a noastră, un aragaz, frigider… cărucior sau o reparaţie, nu şi-ar face lui mai întâi „plinul" în cele necesare?

Când nu avem mult, ne mulţumim cu ce avem şi de acolo rupi puţin şi dai şi unui sărac dacă-ţi bate-n poartă, dar când ai mai mult îi strângi să ajungă de nu ştiu ce mare cheltuială.

Prin urmare, banii sunt necesari pentru că sunt mijlocul prin care se pot achiziţiona cele necesare. Dar ca să-i iubeşti, e cu totul altceva. E idolatrie.

Şi pentru un prieten adevărat, şi pentru a depăşi o situaţie de disperare şi pentru a şti ce facem cu viaţa noastră, nu avem decât să ne rugăm la Dumnezeu să ni le rânduiască pe toate aşa cum ştie El că e bine pentru viaţa noastră să fie trăită într-un mod plăcut Lui, să ne ducă la mântuire şi să fim un exemplu bun, prin exemplu de răbdare, prin exemplu de smerenie, prin suferinţă fără cârteală şi mai ales privindu-i cu îngăduinţă pe cei ce ne jignesc.

Prin urmare, cred eu, răspunsul la toate întrebările este să avem nădejde în Dumnezeu că ne este alături şi să ne rugăm permanent. Să împlinim noi poruncile pe care ni le-a lăsat, pentru ca El să-Şi poată împlini promisiunile făcute.

Bine spus! Sunt întru-totul de acord! Mulţumesc pentru cele ce ai scris, pentru bogăţia, frumuseţea şi realismul gândurilor trimise şi îmi cer scuze că nu am putut transcrie tot.

Cone Emilia
Giarmata Vii (Timiş)

Aştept cu nerăbdare ziua să primesc revista… această „rază" îmi luminează sufletul… sufletul meu care încă-i tot bolnav… e grea orice durere, dar când te doare sufletul… numai o binecuvântare cum este această revistă mă face să uit de întristare şi mă gândesc: oare există fericire?

DA! Există! Dar nu acolo unde o căutăm noi! Adevărata fericire o găsim fiind cât mai aproape de Dumnezeu, prin credinţă în Fiul Său care Şi-a dat viaţa pe crucea Golgotei… abia atunci pustiul vieţii noastre, viaţa fără ţintă, se va transforma într-o oază de viaţă veşnică.

Această revistă face parte din viaţa mea citind-o, recitind-o, îmi dau seama că suntem mulţi uniţi: ne leagă durerea, bucuria… iar cel mai mult mă bucur când citesc că suntem mulţi care ne-am predat viaţa în mâna Domnului. Cu El e mai uşor pe cale, avem puterea de-a merge mai departe şi pentru asta Îi mulţumim Domnului că ne poartă de grijă. Şi chiar prin necaz, curgându-mi lacrimi pe faţă, îi mulţumesc Domnului (de multe ori plângând în hohot).

Dacă nu ar fi Domnul de partea mea, nu ştiu cum ieşeam din atâtea nenorociri, dar mâna Domnului m-a ridicat, mi-a şters lacrimile şi mi-a dat putere să înaintez pe cale, dar numai alături de El.

Un om care scrie, umblă şi trăieşte atât de intens cu Dumnezeu (şi-mi cer iertare că nu am transcris decât o parte), cu siguranţă va trece prin şi peste toate cele ce cel rău le-a ridicat şi le va ridica pe calea pe care a pornit. Fii tare Emilia, continuă să te încrezi în El şi totul va fi bine.

Mulţumesc şi pentru cele scrise la adresa revistei (unele netranscrise aici). Nici nu-ţi dai seama câtă bucurie şi dorinţă de a continua (încrezându-mă continuu în El) ai pus în inima mea.

Botezatu Amelia
Butnăreşti (Neamţ)

Cred că fiecare dintre noi ar putea să-şi pună problema în felul următor: „Ce s-ar întmpla dacă această revistă, atât de frumoasă, n-ar mai apărea şi n-ar mai ajunge la noi?"

Eu una aş suferi. Pentru că subiectele abordate emană atâta spiritualitate, mă face să trec mai uşor peste multe clipe mai puţin plăcute şi peste necazuri.

Zilnic mă hrănesc din Cuvântul Domnului şi găsesc pace, linişte pentru că se văd împlinite făgăduinţele: „Nu vă îngrijoraţi dar de ziua de mâine; căci ziua de mâine se va îngrijora de ea însăşi. Ajunge zilei necazul ei."

Frumos spus şi bună întrebare! M-aş bucura ca mulţi să procedeze ca tine! Mulţumim.

ÎNCREDERE…

Când mă uit la soare,
Tu-mi răsari în cale;
Când mă uit la cer,
Mă gândesc la El.

O, cât e de minunat,
Să ai un Dumnezeu,
Şi în orice clipă,
Să te apere de rău.

Când eşti în suferință
Şi îți este greu,
Găseşti multă biruință
Lângă brațul Său.

El e mângâiere,
Balsam vindecător,
Crede-n El mereu,
Şi vei fi învingător.

Te iubesc Isuse,
Tu eşti viața mea,
Ajută-mi mereu,
Să fiu sub aripa Ta.

Măriuțanu Olivia Suharău (Botoşani)

SALVAT!

Sunt salvat prin a Sa milă mare.
Sunt salvat prin sângele Său.
Pe veci voi fi copilul Său.
Căci gloria prezenței Sale
Cu mine este tot mereu,
Ce zilnic pe brațe mă poartă
Şi-n noaptea grea a suferințelor
Mângâieri mi-a dat.

Dănilă Neculai - Suceava

Talentul…

nu cunoaste

handicap!

DOAMNE

Doamne ia-mă sus la Tine
Unde este cel mai bine,
Unde nu este suferință,
Numai iubire şi credință

Aşa nu pot să mai trăiesc,
Să sufăr, să mă ofilesc,
Doamne nu mă părăsi
la-mă sus la Tine sus.

Talentul…
(Creatia ta)

Doar că ştii că nu glumesc,
N-am nimic din ce doresc,
Îmi e din ce în ce mai rău,
Drumu' vieți-i tot mai greu.

Eşti singura mea speranță,
Singurul meu ajutor,
Să fiu şi eu fericit,
Acum şi după ce mor.

Albinaru Iosif - Dragomireşti (Dâmbovița)

DOAMNE MĂ ROG ȚIE

Dedic această poezie prietenului meu de suferință, Paulică

Când zorii zilei revarsă o nouă zi,
Şi îmi mângâie chipul,
Cu o rază sclipitoare, purpurie,
Mă întreb ca în fiecare zi,
De ce oare Doamne?

Menire pe lume, am avut
Doamne să fiu cald şi blând,
Soarta însă m-a schimbat,
Să am sufletul rece, îndurerat.

Spre Tine Doamne am strigat,
Cu sufletul sfărâmat
Dă-mi Doamne putere
Să pot merge până la cap,
Să-mi rămână sufletul
Pur şi neschimbat!

Marin I. Claudiu Amara (Ialomița)

DOAMNE

Doamne ia-mă sus la Tine
Unde este cel mai bine,
Unde nu este suferință,
Numai iubire şi credință

Aşa nu pot să mai trăiesc,
Să sufăr, să mă ofilesc,
Doamne nu mă părăsi
Ia-mă sus la Tine sus.

Doar că ştii că nu glumesc,
N-am nimic din ce doresc,
Îmi e din ce în ce mai rău,
Drumu' vieți-i tot mai greu.

Eşti singura mea speranță,
Singurul meu ajutor,
Să fiu şi eu fericit,
Acum şi după ce mor.

Albinaru Iosif - Dragomireşti (Dâmbovița)

FĂRĂ MASCĂ

De-ar vrea poeții ca să scrie,
Versuri dulci despre femeie,
N-aş putea să le fiu muză,
Adevăru'i, nu am scuză.

Pictorii de-ar vrea să facă,
Un portret frumos de fată,
N-ar putea model să ia
Prea hidoasă fața mea.

Sunt un om, dar nu oricare.
Nu-s un om la întâmplare,
Sunt cu mult deosebită,
Fiindcă sunt foarte urâtă.

N-o spun eu, c-aşa îmi vine,
Au spus-o alții despre mine,
Şi în gesturi şi-n cuvinte,
Numai eu să iau aminte.

Să mă-ncui în casă bine,
Să nu vină ei la mine,
Poate poate vor scăpa
Să mai vadă fața mea.

Dar să știți,
Toți acei ce mă priviți,
Voi mă vedeți aşa
După cum vi-i inima.

Doar o inimă creştină,
Chiar de ar privi la mine
N-ar vedea un trup hidos
Ci doar chipul lui Hristos.

Petrica Pricopie - Coteşti (Vrancea)

Talentul...

nu cunoaste

handicap!

COPIL

Copil frumos
Cu păru bălai
Stai o clipă, dacă timp ai,
Venind în drumul tău
N-ai văzut cumva pe prietenul meu?

Este frumos, arată bine
Totuşi nu poate să meargă ca tine.
N-a avut norocul tău
Să fie pe drum călător
Destinul a fost mai rău
Îşi petrece viața ca mine în cărucior.

Ne rugăm la Dumnezeu
Să ne ajute la greu
Să ne uşureze suferința
Să ne mărească credința.

Chită Adriana - Răchitoasa (Bacău)

UN DRAM DE FERICIRE

Dintr-odată cerul cu putere porneşte,
Lacrimile în grabă mare să şi le reverse,
Trecătorii nu mai merg, ci aleargă pe stradă,
Să se adăpostească de ploaie în grabă.

Un trecător intră iute într-un bar,
Aşezându-se la o masă cu un pahar,
Ospătarul văzându-l în grabă soseşte,
Întrebându-l zâmbind ce anme doreşte.

Clientul privindu-l cu un aer trist,
Îi răspunde pe un ton cam pesimist:
O cafea, dar ceea ce eu îmi doresc
Nu cred că aici la bar am să găsesc.

Ospătarul îi spune pe un ton degajat:
Vă ofer lista de bucate spre studiat,
Citiți-o şi vedeți dacă cumva pe listă
Este ceva care aici la noi nu există.

După un timp se uită la privirea-i tristă;
Este ceva care aici la noi nu există?
Clientul îi răspunde cu o voce subțire:
Aveți aici la bar şi-un dram de fericire?

Popescu Nicoleta - Bughea de Jos (Argeş)

NEPUTINȚA

Al neputinței gând mă apasă
Şi acest gând greu, apăsător
Nu pleacă, nu mă lasă.

Monotone sunt zilele ce trec
În singurătate şi boală
Dar aşa sunt zilele mele
Aşa mi le petrec.

Răzleț câte un vis
Îmi zboară departe
Îl las să se ducă
Căci aşa simt Cerul aproape.

Şi-n urmă tristețea
Perfid se instalează
Doar conştiința mai rămâne
Fiind tot timpul trează.

Botezatu Amelia - Butnăreşti (Neamț)

Talentul...
(Creatia ta)

...::: Să ne rugam pentru :::... ...::: Să ne rugam pentru :::... ...::: Să ne rugam pentru :::...

Cu mare bucurie am primit sugestia voastră de a exista o asemenea rubrică în cadrul revistei noastre şi cu mare bucurie consemnez alte cereri de a ne ruga împreună pentru ceva sau pentru cineva anume.

Ştiu că este greu şi unora dintre noi chiar poate să li se pară ciudat sau chiar să-i deranjeze o asemenea rubrică (aşa aş fi simţit şi gândit eu în urmă cu câţiva ani), însă avem un Dumnezeu atât de minunat şi de dornic de a ne răspunde la rugăciune (ştiu din propria-mi experienţă), încât ar fi o lipsă de înţelepciune de a nu asculta de îndem-nul Său de a ne ruga unii pentru alţii.

În plus, aceasta arată nu numai că avem încredere în El, ci şi că simţim unul cu celălalt, că ne pasă.

Vreau să ne rugăm pentru:

Aurel, ca Domnul să-l răsplătească pentru efortul lui de a ne face pe noi fericiţi; pentru părinţii lui şi pentru efortul lor atât al mamei cât şi al tatălui, care sunt mâna şi picioarele lui Dumnezeu să-i răsplătească; Pentru cei ce ne pot ajuta cu bani pentru revistă, ca să nu se întrerupă; Pentru cei bolnavi dintre noi şi din lumea întreagă; Pentru cei care sunt în mari nevoi în urma inundaţiilor; Pentru mine (mă aflu printre cei ce au nevoie de rugăciune oare cine nu are; că unii dintre noi nu suntem conştienţi de aceasta… n.r.*); Mă rog pentru toţi dintre noi care vrem să cotizăm pentru revistă.*

Fizeşan Maria Sînandrei (Timiş)

Pentru părinţii mei şi pentru construirea unei camere. Anii au început să se adune şi pe umerii lor, iar o cameră mare, în care ar putea folosi macaraua (pt. a mă urca pe căruţ) şi în care ar putea încăpea uşor şi un pat pe mijloc (pt. a mă întoarce, n-ar mai trebui să mai mă tragă, ci doar să mă rostogolească).

Burcea Aurel Peretu (Teleorman)

Aşa cum v-am anunţat, cu ajutorul bunului Dumnezeu, am întocmit şi am înaintat la ASI (fostul SCOAR) cererea necesară pentru o nouă sponsorizare, pentru încă un an. Cererea a fost aprobată, însă suma alocată este f. f. f. mică: dacă anul trecut ni s-a aprobat şi ni s-a dat suma de 150.000.000 lei, anul acesta ni s-a aprobat doar 20.000.000 lei. Aceasta în condiţiile în care cheltuielile pe lună se cifrează la aproape 38.000.000, deoarece…

Începând cu luna august, costurile de expediere a revistei pe poştă s-au dublat: de la 3.000 lei / buc., la 6.000 lei / buc. Şi cum expediez aproape 2.600 reviste pe lună!!! (şi cum în fiecare lună primesc noi adrese…)

Pentru toţi cei care dorim ca această revistă să apară şi în viitor (şi eu cred că toţi ne dorim aceasta), revin cu rugămintea: „genunchiul jos". Bunul Dumnezeu abia aşteaptă să ne ajute şi în continuare.

Mulţumiri multe celor care s-au rugat şi vor continua să se roage.

Burcea Aurel Peretu (Teleorman)

P.S. Ca urmare a rugăciunilor înălţate până acum către Bunul Dumnezeu, un om al Lui, un om cu inimă mare, membru ASI, a hotărât să suplimenteze cei 20.000.000 promişi de ASI pentru anul acesta de finanţare (2007-2008), cu 40.000.000 din partea dumnealui.

SLAVĂ DOMNULUI şi MULŢUMIM!

...::: Editorial :::... ...::: Editorial :::... ...::: Editorial :::... ...::: Editorial :::... ...::: Editorial :::...

>>> continuare din pagina 02

care orice persoană poate face parte, la orice moment! Unii intră în acest grup de la naştere, alţii în secunda în care au un accident sau boală sau îmbătrânire. Dacă şi când ţi se întâmplă, ai avea mai multe în comun cu alţii care au diagnostic de dizabilităţi sau cu familia, prietenii sau colegii de muncă, cum ai vrea sa fii descris?

Când descriem oameni după diagnosticul lor medical, îi subevaluăm şi nu îi respectăm ca şi indivizi. Ţi-ar plăcea să fii cunoscut după statutul bolii tale de plămâni, negii de pe spate sau orice altă condiţie de sănătate?

Pericolele etichetării

Atunci când e folosită incorect, ca şi măsură a abilităţilor sau a potenţialului persoanei, diagnosticul medical poate distruge viaţa oamenilor.

Cine sunt aşa zişii „handicapaţi" sau „cu dizabilităţi"?

Conform percepţiilor stereotipice, ei sunt:

- ***Persoane care suferă de tragedia defectelor din naştere.***
- ***Eroi paralizaţi care încearcă să redevină normali.***
- ***Victime care se luptă să depăşească greutăţile.***

După categorii, sunt numiţi ***retardaţi, autişti, orbi, surzi, cu dizabilităţi intelectuale*** **etc., etc., etc*!**

Reamintiţi-vă!
Cea mai dificilă barieră ce trebuie înfruntată de persoanele cu dizabilităţi poate fi atitudinea celorlalţi oameni.
Aveţi grijă să nu fiţi o barieră în calea egalităţii persoanelor cu dizabilităţi.

- sfârşit -

Material prelucrat de dl. **Francisc Simon**
Preşedinte ONPHR

Victoria Ştefan - Piteşti

*Pt. dragii şi dragele mele: **Valy Iordache**, 3 oct., **Anuca Cupşa**, 3 oct., **Anghel Neacşu**, 4 oct., **Valerica Schipor**, 14 oct., **Pino Oprea** 14 oct. şi scriitorul profesor **Corneliu Rădulescu**, 25 oct., un prietenesc şi din suflet **„La multi ani!”** Fie ca această toamnă să vă bucure privirea cu culorile ei cu nuanțe minunate care să vă încălzească nu numai sufletul, să aveți parte de bucurii, zile senine şi cât mai bogate în ceea ce vă doriți. Dumnezeu să vă întărească! Multă sănătate. Cu drag, vă îmbrățişează din depărtare, Victoria*

Matei Daniela - Nadăşa (Mureş)

*Pentru **Marcel**, cu ocazia zilei de naştere (12.IX) îți urez să ai încredere în Dumnezeu că totul va fi bine. Te iubesc mult puişor şi voi fi mereu alături de tine. **„La multi ani!”***

Mihalea Victorina - Sânandrei (Timiş)

*Pentru soțul meu, **Mihalea Mihai**, care pe 1 octombrie împlineşte o frumoasă vârstă şi pentru scumpa mea nepoată **Ella Anca** care, pe 14 octombrie, mai adaugă un trandafir în buchetul vieții. **„La multi ani!”,** sănătate, împliniri şi bucurii, iar la prima aniversare de pe Noul Pământ, Domnul Isus să vă fie Invitatul de onoare.*

Neacşu Viorica - Petroşani

*Pentru soțul meu iubit, **Anghel**, care pe 4 octombrie va împlini o frumoasă vârstă. Cu această ocazie atât eu, băiatul Claudiu, cât şi Hapca Aurel, îi dorim multă sănătate, fericire, un călduros **„La multi ani!”** şi cât mai multe mâncăruri şi dulciuri: torturi, prăjituri cât mai delicioase făcute de mâna lui ca un adevărat bucătar.*

Pop Mihai - Breb (Maramureş)

*Pentru ființa dragă sufletului meu, **Anuca Cupşa**, ce pe data de 23 octombrie va adăuga o frumoasă crizantemă la buchetul vieții sale. Îi doresc din suflet **„La multi ani!”**, multă sănătate, fericire, împlinirea tuturor dorințelor şi ca bunul Dumnezeu să presare cărarea vieții sale cu petale şi flori de trandafir.*

Chită Adriana - Răchitoasa (Bacău)

*Doresc să spun **„La multi ani!”** la doi prieteni de suferință: pe 14 octombrie **Pino Andraş Oprea** (Ploieşti) face o frumoasă vârstă, îi doresc multă sănătate şi tot ce îşi doreşte; pe 26 octombrie **Pârvu Adrian** (Mărăcineni) face şi el o frumoasă vârstă, îi doresc toată fericirea din lume.*

Petcu Elena Georgiana - Rm. Vâlcea

*Pe data de 14 octombrie, **Pino Andraş** (Ploieşti) împlineşte o frumoasă vârstă şi doresc să-i urez **„La multi ani!”**, multă sănătate şi pentru cei dragi lui.*

Bologa Anişoara - Greci (Mehedinți)

*Pentru colegii mei de suferință: **Neacşu Anghel** (5 octombrie), **Ştefan Maria** (18 octombrie), **Cupşa Anuca** (23 octombrie), **Lupu Florica** (25 octombrie), **Ojog Monica** (28 octombrie), multă sănătate, viața plină de soare şi petale de crizanteme şi **„La multi ani!”**.*

*Special pentru nepoata mea, **Mădălina Cîciu**, care pe 12 octombrie împlineşte 18 ani, cea mai frumoasă vârstă a tinereții: multă sănătate, fericire, **„La multi ani!”**, şi cele mai frumoase împliniri în viață.*

Vlad Simona - Avrig & Străjan Laura - Sibiu

*Pentru **Duț Gabriel**, a cărui zi de naştere este pe 12 octombrie, multă sănătate şi binecuvântări cereşti. Domnul să te ajute să ajungi la acea maturitate spirituală pe care El o doreşte în viața ta.*

Gheordănescu Maria - Cobadin (Constanța)

*Prietenei mele **Cojocaru Anişoara** (Plopeni, 22 octombrie), parfumul toamnei cu miros de struguri şi gutui. **„La multi ani!”,** să fii sănătoasă, să rămâi tânără şi frumoasă aşa cum te ştiu!*

Pavelescu Marinică - Piscul Sadovei (Dolj)

*Doresc să transmit prietenelor mele de suferință multă, multă sănătate, fericire şi **„La multi ani!”**: **Chiriță Ioana** (Valea Stanciului) şi **Tincă Leona Ileana** (Craiova)*

Cristopher Reeve

- un erou model -

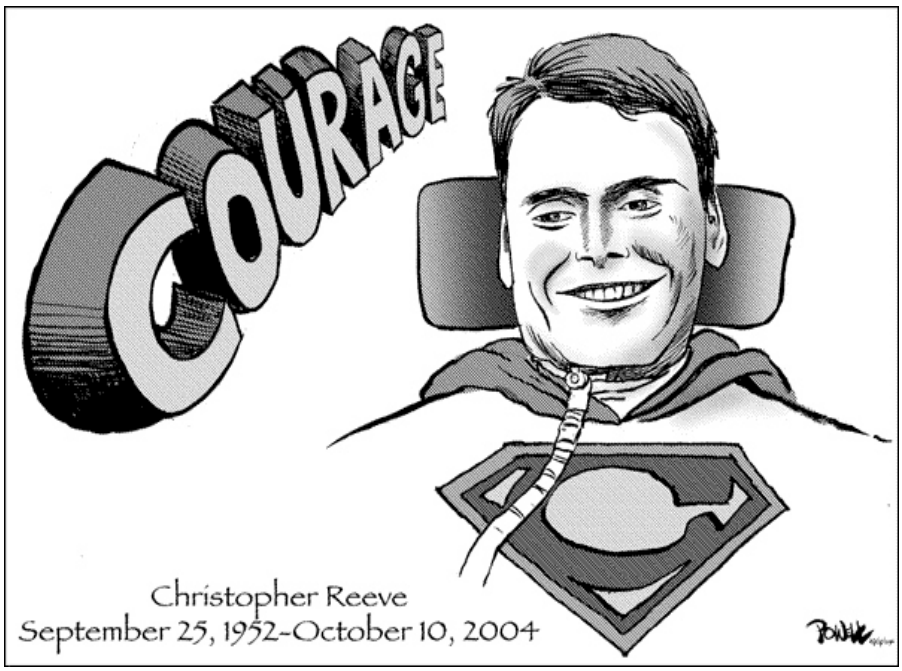
- II -

Actor, director şi activist sunt doar câteva din cuvintele utilizate pentru a-l descrie pe Christopher Reeve. Încă de la prima apariţie la festivalul de teatru de la Williamstown, la vârsta de 15 ani, Reeve şi-a stabilit reputaţia ca unul dintre cei mai mari actori ai Statelor Unite ale Americii. Totuşi, de când el a fost paralizat la concursul de călărie din 1995, Reeve nu şi-a arătat numai faţa umană în urma handicapului privind secţionarea măduvei spinării, ci a şi motivat neurologii din întreaga lume să lupte şi să învingă bolile complexe ce afectează creierul şi sistemul nervos central.

Reeve a avut debutul său ca director cu filmul pentru HBO «In the Gloaming» în aprilie 1997. Filmul a primit mari elogii şi a fost nominalizat pentru 5 Premii Emmys. Autobiografia lui Reeve «Tot eu», a fost publicată de casa de editură - Random House în aprilie 1998 şi trecută în primele 11 săptămâni după apariţie, în lista de best-seller (cele mai citite cărţi) ale timpului în New York Times Bestseller List. Înregistrarea sa audio «Tot eu», i-a adus lui Reeve un Grammy, pentru cel mai bun album vorbit din lume în februarie 1999.

În primul său rol principal, după ce a devenit paralizat - "Rear Window," (Fereastra din spate), a fost nominalizat pentru Globul de aur şi a căştigat premiul "Screen Actors Guild Award", pentru cel mai bun actor. El a servit de asemenea şi ca producător executiv pentru acest film.

Reeve a continuat munca sa de manager în televiziune şi film, dar şi activitatea de consilier de artă, în calitatea sa de membru al Consiliului Festivalului de Teatru de la Williamstown. Din anul 2001, Reeve a început să combine eforturile sale de director cu cele de activist, fiind directorul a patru filme publicitare, care s-au concentrat pe ajutorul dat părinţilor în sarcina lor de a-şi educa copiii. În acelaş an, el a filmat un spot publicitar pentru Crucea roşie americană, care sărbătorea în 2001, voluntarianismul celor implicaţi în lucrare.



În 1999, Reeve devine preşedintele Consiliului de administraţie al Fundaţiei Christopher Reeve (CRF). CRF, o organizaţie naţională non profit, care are ca scop să fie un support în cercetarea ştiinţifică pentru descoperirea de tratamente în paraliziile produse de accidente la măduva spinării şi alte maladii ale sistemului nervos central. CRF se ocupă de asemenea şi de ameliorarea condiţiilor de viaţă ale persoanelor cu disabilităţi.

Ca vicepreşedinte al Organizaţiei Naţionale privind incapacitatea (N.O.D.), el a lucrat pentru ameliorarea calităţii vieţii persoanelor handicapate. În colaborare cu senatorul Jim Jeffords din Vermont, el a ajutat la aprobarea legii de ameliorare a condiţiilor de muncă care permite persoanelor cu handicap să se reîntoarcă la lucru şi să-şi păstreze pensia de invaliditate.

>>> continuare în pagina 17

>>> continuare din pagina 16

Reeve a servit în Consiliul Mondial de Administraţie al Sporturilor (T.E.A.M.), un grup care organizează şi conduce evenimente sportive pentru atleţii cu incapacităţi şi în TeachHealth, o organizaţie privată care intermediază între pacienţi şi companiile de asigurări.

-va continua-

Remembering Christopher Reeve - În amintirea sa

"Îmi lipseşti. Coruri de îngeri să-ţi încânte odihna." - omagiul adus de Robin Williams lui Reeve, după ce a primit Globul de Aur în 2005.

Nu, mulțumesc, prefer să merg

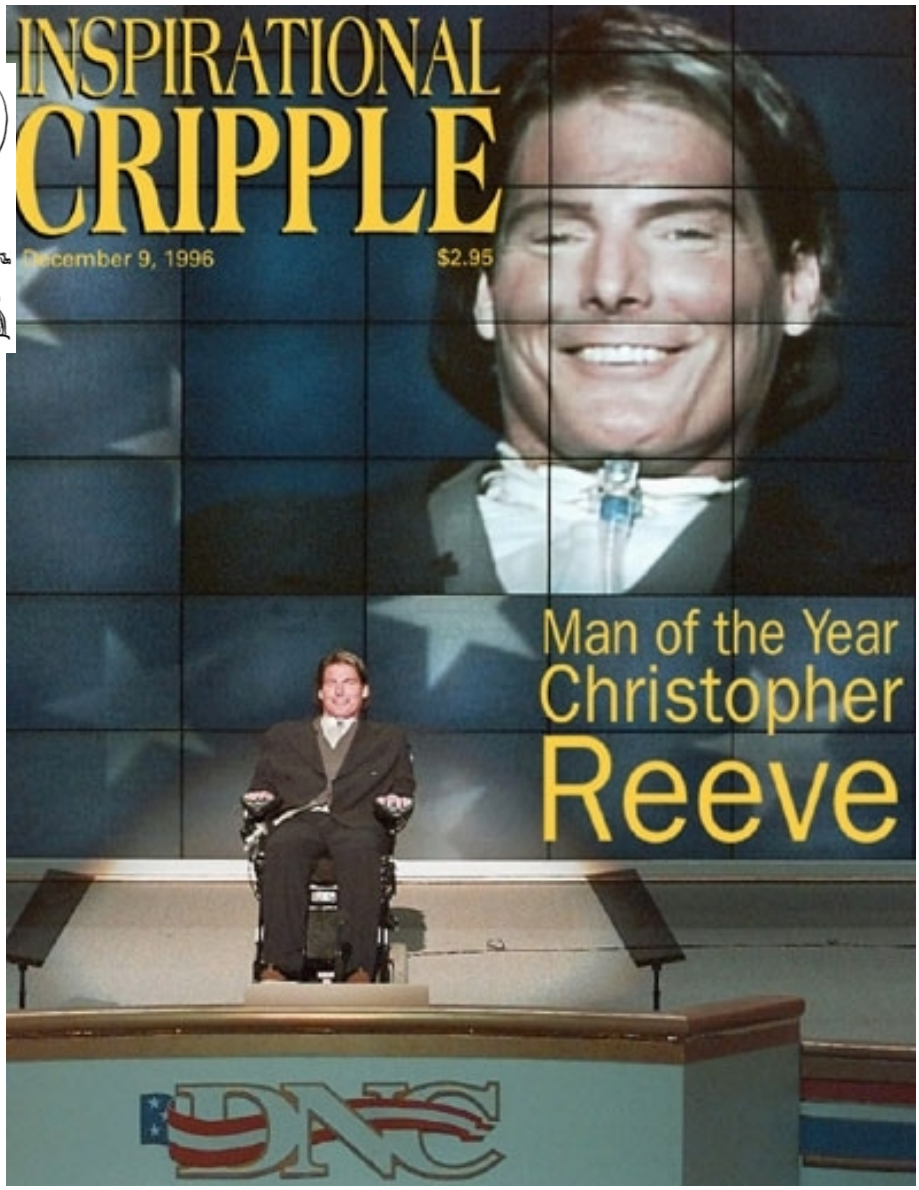
«Câţiva oameni în lumea noastră, depăşesc marile visuri de a fi tari şi a aduce libertatea, egalitatea şi justiţia în lume. Christopher Reeve a fost unul dintre aceştia. El a făcut din visele noastre o realitate. Într-o lume a imaginaţiei, Superman a fost încarnarea celor mai fine calităţi ale noastre. În realitate Christopher Reeve a fost un veritabil bărbat, care ne-a inspirat pentru totdeauna de a atinge aceste calităţi.» - Ilya Salkind (producător executiv al filmului Superman).

«Sunt foarte tristă de moartea lui Christopher, deoarece el ne-a fost un exemplu extraordinar în ultimii nouă ani, arătând curaj şi tenacitate şi găsind un nou mod de viaţă. Concentrarea sa asupra descoperirii a noi posibilităţi de a ieşi din imobilizarea în care se afla, a fost foarte inspirată şi un bun exemplu pentru ceilalţi bolnavi. Eu cred că am piedut un brav luptător şi mai ales o persoană curajoasă şi consacrată. Christopher şi eu am avut foarte multe replici şi deseori pe parcursul filmărilor am servit masa împreună. El se purta la fel ca şi în film - foarte puternic, brav, foarte direct şi în special generos. El era serios şi consacrat de a face din Superman un exemplu pentru copii şi adulţi în acelaşi timp, care au crescut vizionând desenele animate cu Superman. Christopher a vrut şi a reuşit să personifice caracterul lui Superman în viaţa sa particulară şi după părerea mea a reuşit aceasta într-un mod extraordinar.» - Susannah York, care a jucat rolul lui Lara (mama lui Superman) în filmul Superman cu Christopher Reeve.

Sursa:
http://www.chrisreevehomepage.com

- va continua -

Trimis de **TRAIAN FLOREA - Canada**



Omul anului 1996

POȘTA REDACȚIEI

Cu tot respectul țin să reamintesc tuturor cititorilor că, dat fiind termenul de trimitere a revistei la tipografie, data de 1 a fiecărei luni (data la care ajunge scrisoarea la redacție) reprezintă ultima zi de „prindere" a scrisorii în revista din luna respectivă, urmând ca cele care ajung după ziua de 1 să fie „prinse" în revista din luna viitoare. Sfatul meu este să scrieți din timp!

Vă rog mult, pe toți cei care scrieți, puneți-vă numele complet și adresa la expeditor!

Mulțumesc mult pentru înțelegere!

Matei Daniela - Nadășa (Mureș)

M-au întristat cele ce ai scris, mai ales că situația pe care mi-o descrii durează de atâta timp! Ai încredere în bunul Dumnezeu, roagă-te și vei primi putere de la El.

Cât despre întrebarea ta, o singură persoană primește revista în acea localitate. Dă-mi numele!

Victoria Ștefan - Pitești

Și eu sunt de acord că cei cu acces la internet nu au de ce să se supere dacă o vor primi numai prin e-mail, însă… am apelat și apelez la înțelegerea și bunăvoința fiecăruia. Că o parte au înțeles (le mulțumesc iarăși), iar alții încă nu au dat nici un răspuns… e altă poveste.

Mă bucur că tu continui să rămâi același om atent și puternic interesat de binele celorlalți.

Ispir Constantin - Botoșani

O casă! Vă dați seama că vă adresați unei persoane care este imobilizată total și ale căror venituri sunt cele ale unei persoane cu dizabilități!? Dacă n-ar fi familia….

În cei 16 ani de când am început să cred și să mă încred în bunul Dumnezeu, multe minuni a lucrat El în inima și în viața mea în urma unor rugăciuni sincere și fierbinți. Am să mă rog, însă rugați-vă și d-voastră.

Savu Aurel - București

Dacă ai fi citit cu atenție anunțul ai fi văzut că revista va fi tipărită și expediată și în continuare, apelul de a nu o mai primi în forma tipărită ci numai prin e-mail, adresându-se numai celor cu acces la internet.

Celălalt anunț, cel cu donațiile, se adresează tuturor cititorilor, primirea revistei nefiind însă condiționată de acest lucru, urmând a fi primită și în continuare, și în forma tipărită, în mod GRATUIT.

Constantin Cristian - Ileana (Călărași)

Mulțumesc pentru cele scrise la adresa revistei. Cât despre adresa Centrului nou deschis: Șos. Panduri, nr. 22, sect. 5, București. Nr. de telefon nu am găsit. Din câte am înțeles, inaugurarea a fost făcută, însă de funcționat…

Geană Viorel - Cornu (Prahova)

Mulțumesc pentru scrisoare, pentru adresă și pentru toate acele lucruri frumoase care le-ați scris la adresa revistei. Aștept cu mare nerăbdare viitoarele scrisori.

Cât despre Juglio Iglesias, într-adevăr, o experiență de viață deosebită pe care o cunosc și o sadmir și eu: portar la Real Madrid, accident rutier, traumatism vertebro-medular, picioarele paralizate, recuperare, iar despre implicarea ulterioară în muzică… nici nu cred că mai este nevoie de cuvinte. Într-adevăr „Viața merge înainte".

Albinaru Iosif - Dragomirești (Dâmbovița)

Scrisoarea ta a reușit să mă impresioneze, atât prin mărimea ei, cât și prin conținut. Regret că nu am putut publica decât o singură poezie (îmi cer scuze că am „umblat" un pic la ea). Aștept să ne mai scrii și mulțumesc pentru acele sfaturi!

Bidian Elena - Brăila

Sunt plăcut impresionat de grija care o ai de alți primitori ai revistei. Cu multă bucurie am primit atenționarea de schimbare a adreselor, dar unde sunt vechile adrese, pentru a le putea modifica!?

În al doilea rând, mai sunt 2 - 3 cititori care, deși s-au mutat, preferă încă să primească revista la vechea adresă, așa că m-aș bucura dacă chiar ele m-ar anunța de schimbarea adreselor. Mulțumesc pentru înțelegere!

Nica Gina - Livezi (Bacău)

Mă bucur mult ori de câte ori primesc scrisori, adrese noi și… telefoane, așa că aștept să mă suni. Iar scrisoarea ta m-a bucurat.

Horhat Maria - Alba Iulia

Mi-au plăcut mult cele scrise și regret că spațiul de la „Gânduri…" nu mi-a permis să și transcriu din acele frumoase gânduri așternute pe hârtie. Mi-ați imprimat și mai mult în minte Cine este Sursa puterii noastre de a merge înainte, de a trece peste toate și chiar să realizăm câte ceva. Mulțumesc.

Chită Adriana - Răchitoasa (Bacău)

Îți mulțumesc mult pentru înțelegere și pentru apelul pe care îl faci cititorilor. Din nefericire spațiul…

Ai multă dreptate în ceea ce scrii. Însă știi vorba aceea (un mare adevăr): „Un lucru (o persoană) nu îl (o) apreciezi decât când nu îl (o) mai ai!" Eu mă rog și sper ca revista să o apreciem și acum, când o avem!

Vega Dorina - Arad

De-ai ști cât de mult mă bucur când primesc adrese noi! Întotdeauna m-a bucurat, mă bucură și mă va bucura primirea unei noi adrese. La suflet scrisoarea ta, însă spațiul… Dacă venea cu câteva zile mai înainte…

„*Viața este un privilegiu, o responsabilitate, o administrare ce trebuie îndeplinită conform chemării lui Dumnezeu.*" Perfect adevărat!

Chiran Liviu - Giurgiu

Știți că nimic nu-i la întâmplare și că toate lucrurile lucrează împreună spre binele nostru (Rom. 8: 28), așa că și faptul că ați primit revista se încadrează aici.

Bologa Anișoara - Greci (Mehedinți)

Mă bucur că revista continuă să reprezinte pentru tine „o fereastră deschisă", așa cum mă bucur și pentru faptul că ai reușit să donezi căruciorul. Cu toată plăcerea îi voi transmite salutările Violetei. Multe și calde salutări mamei tale și Geaninei.

Todiraș Emilia - Moinești (Bacău)

Într-adevăr, Bunul Dumnezeu a avut oameni deosebiți de-a lungul anilor, secolelor și mileniilor care au rămas și au luptat „*pentru credința care a fost dată sfinților odată pentru totdeauna*" (Iuda 1: 3u.p.). Și are și astăzi.

Aștept să ne mai scrieți!

Vlad Simona - Avrig (Sibiu)

Ai dreptate, cam de multișor nu mai trimisesei scrisoare pentru revistă, așa că m-a bucurat primirea ei. Mă bucur că ai atâția buni prieteni și că vara a fost plină de binecuvântări. Și fii convinsă că are și în continuare f. multe pregătite.

Pavelescu Marinică - Piscul Sadovei (Dolj)

Revista a luat ființă și a existat datorită bunului Dumnezeu. Și va exista tot datorită Lui. Cât despre nevoia de bani: „*Al Domnului este pământul*…" (Ps. 24: 1), așa că…

Dănilă Elena - Grozești (Iași)

Întotdeauna profunde scrisorile tale! Într-adevăr, va veni un timp când se va trage linie și atunci se va vedea care-i comoara inimilor noastre: „*Pentru că unde este comoara voastră, acolo va fi și inima voastră*" (Mat. 6: 21), iar sfatul și rugămintea Lui este: „*Fiule, dă-mi inima ta și să găsească plăcere ochii tăi în căile Mele.*" (Prov. 23: 26)

Fizeșan Maria - Sînandrei (Timiș)

Mă bucur mult că ați scris și că revista înseamnă atât de mult pentru d-voastră: „*Pentru mine a o primi este o binecuvântare, a n-o mai primi este o mare pierdere*". Mulțumesc și... aștept să ne mai scrieți.

>>> continuare în pagina 19

>>> continuare din pagina 18

Dănilă Neculai - Suceava

3 scrisori (!!!) poezii, gânduri… însă numai o poezie am putut publica. Mulţumesc pentru cuvintele frumoase şi pentru făgăduinţele indicate în Cuvântul Său.

Gheordănescu Maria - Cobadin (Constanţa)

Când am văzut plicul de la d-voastră, mă aşteptam să fie şi o poezie însă… rămâne pe data viitoare. Cât despre plagiat… nu vă încadraţi, aşa că…

Moldovan Mândia - Hunedoara

Mulţumesc mult pentru trimiterea experienţei de viaţă. Din nefericire, nu vă pot spune când va apărea. Cât despre trimiterea nereuşită prin e-mail, s-ar putea să nu fi scris adresa mea corect: chiar şi un punct (.) în plus sau în minus, o pauză şi… nu ajunge. Mai încercaţi şi dacă reuşiţi, trimiteţi-mi exp. prin e-mail. M-aţi ajuta enorm.

Mesaru Cornelia - Braşov; Dîncă Adrian & Teia - Comăneşti; Biholar Constantin - Putna (Suceava); Rodica Nicolae - Ştefăneşti (Argeş); Arsene Vasilica; Barbu Sorin - Piteşti; Macarov Gabriela - Fălticeni; Străjan Laura - Sibiu; Fighir Mihai - Arad; Matfeev Roxana - Botoşani; Andreas Dan - Zalău; Tamaş Camelia - Reşiţa; Ursu Stela - Vânju Mare (Mehedinţi); Pino Andraş Oprea & Violeta Elena Oprea - Ploieşti; Sava Emilia - Ologeni (Prahova); Rădulescu Cătălina - Bărbuleţ (Dâmboviţa); Lupu Marian - Matca (Galaţi); Dobra Doina - Ciolăneşti (Teleorman); Roman Octavian - Bucureşti; Ungureanu Claudia - Nămoloasa Târg (Galaţi);

Vă mulţumesc, vă mulţumesc, vă mulţumesc, atât pentru că aţi scris (sms, e-mail, scrisori), cât şi pentru că-mi înţelegeţi neputinţa (spaţiul limitat) de a răspunde fiecăruie, aşa cum mi-aş fi dorit.

Doresc să corespondeze:

Pârvu Costică Daniel - Odobeşti (Vrancea)

Pârvu Costică Daniel, 37 ani, n-am fost căsătorit, n-am copii, n-am vicii, ca hoby îmi place să mă plimb cu ATV, mă descurc singur, situaţie materială f. bună, doresc să cunosc o d-şoară / d-nă (fără obligaţii) cu care să leg o prietenie, eventual căsătorie. Pot fi contactat la adresa: ***Str. Nicolae Ioniţă, Nr. 137, Loc. Odobeşti, Jud. Vrancea****, sau la* ***tel. 0724-988987****. Vă mulţumesc!*

Ionaşcu Daniel - Buhuşi

Mă numesc Ionaşcu Daniel, am 41 de ani, doresc să cunosc o persoană cu handicap de gr. 2, în vederea unei prietenii de lungă durată: ***str. Casa de apă, nr. 50, loc. Buhuşi, jud. Bacău, tel. 0234-263300*** *id ym şi mail ionascuioand@yahoo.com*

Andreas Dan - Zalău

Mă numesc Andreas Dan, am 34 de ani, sunt din Zalău, judeţul Sălaj, sunt o persoană cu handicap uşor şi aş dori o prietenie sinceră cu o fată, bazată pe respect şi sinceritate. Adresa mea de e-mail este: andreas_danut@yahoo.com iar id meu de messenger este: andreas_danut.

Mariana Ioan - Ploieşti

Mă numesc Mariana Ioan, sunt din Ploieşti. Am diverse hobyuri [muzica anilor '80, filme aventură şi acţiune, literatură etc...]. Din neşansa mea sunt în scaun rulant, întrucât la vârsta de 5 luni şi jumătate am paralizat din cauza vaccinului antipoliomelitei. În rest totul a decurs asemănător celor fără nici o problemă. Vă rog, dacă puteţi să-mi faceţi cunoscută adresa de net sau nr. de ***tel. 0745-017251****. Adresa de messenger* ***mariana200747,*** *pentru prietenie cu diverşi, însă de aceeaşi religie cu mine: ortodox.*

Savu Aurel - Bucureşti

Mă numesc Savu Aurel, am 34 ani, sunt persoană cu handicap gr. II, am probleme cu vorbirea, dar nu rău. Am 1,64 m, 52-55 kg., ochi albaştri şi aş dori să cunosc şi eu o fată pentru prietenie, posibil căsătorie, cu aceleaşi probleme ca şi mine, până la 75 kg., între 25-40 ani.

Savu Aurel, str. Filiaşi, nr. 25, sect. 5, loc. Bucureşti, cod 051421

Anonim

Am 35 ani, gradul 2, o uşoară semipareză partea stângă, pot să călătoresc şi să fac orice. Am locuinţă şi doresc să cunosc pe cineva cu car e să-mi împart viaţa. Nr. telefon: ***0766-225443****.*

Ioniţă I. Marian - Băleni Români (Dâmboviţa)

Mă numesc ***Ioniţă I. Marian, com. Băleni Români, jud. Dâmboviţa, cod 137015, tel. 0731-481497****. Doresc căsătorie cu o fată cu puţin defect.*

Drăghici Ionela - Berteştii de Sus (Brăila)

Îmi caut „jumătatea" vieţii şi prietene adevărate. Rog seriozitate. ***0726-786589***

Matei Daniela

Dacă eşti convins că şi persoanele cu handicap au suflet şi ştiu să iubească, dacă eşti sincer şi vrei să mă cunoşti, caută-mă la nr.: ***0748-873886***

Trif Corina - Mangalia

Mă numesc Trif Corina, am 29 de ani şi aş dori să corespondez cu persoane noi. Rog seriozitate. Acesta nu este un anunţ matrimonial. Sufăr de paraparezâ spastică din naştere. Aştept scrisorile voastre pe adresa: ***Str. M. I. Dobrogeanu, nr. 77, bl. Gold, et. 1, cam. 106, loc. Mangalia, jud. Constanţa, cod 905500***

Chiran Liviu - Giurgiu

Am 40 de ani şi la 35 am descoperit că am descoperit că am boala Charlot Marie Toot. Nu ştiu mare lucru despre ea. Sunt într-o fază când merg legănat şi mă împiedic de orice. La 40 de ani să fii ocolit de lume... Am nevoie acută de prieteni adevăraţi!

Chiran Liviu (Măru), str. Salciei, nr. 24, loc. Giurgiu, jud. Giurgiu, tel. 0729-782489 *(nu răspund la beep-uri)*

Chelemen Ioan - Gurghiu (Mureş)

Mă numesc Chelemen Ioan, am un handicap gr. II, am avut coloana fracturată în două locuri (din anul 1984 sunt cu acest handicap). Sunt necăsătorit, am 44 ani şi sunt de confesiune adventist reformist.

Aş vrea să corespondez şi eu cu fete de aceeaşi confesiune: ***Chelemen Ioan, sat Adrian, nr. 52, com. Gurghiu, jud. Mureş***

Tănase Cristinel Cosmin - Piteşti

Mă numesc Tănase Cristinel Cosmin, sunt din Piteşti, am 27 ani, un handicap neuromotor gr. I. Mă descurc f. bine, merg, îmi fac cumpărături, dar sunt foarte singur, doar cu părinţii. Am tot ce îmi este necesar (...) dar îmi lipsesc prietenia şi eventual dragostea unei fiinţe sincere şi cu frică de Dumnezeu.

Aş dori să cunosc fete doamne fără obligaţii, fără locuinţă proprie, cu stare materială precară, între 25 - 30 ani, pentru prietenie sinceră, eventual căsătorie. Adresa mea este: ***Tănase Cristinel Cosmin Str. Iancu de Hunedoara, bl. B 19, sc. D, ap. 9, loc. Piteşti, jud. Argeş tel. 0348-431450 şi 0723-386972; e-mail cristinel_tanase@yahoo.com***

SPONSOR: S.C. RELIAN S.A., distribuitor utilaje agricole, sisteme de irigat prin picurare, etc. CONTACT: Şos. Alexandriei, nr.220, sector 5, Bucureşti tel. 021-4205914; 0742-358431

Asociaţia "HandHope"
Burcea Aurel, str. Băltăreţu nr. 565,
loc. Peretu, jud. Teleorman, cod 147240,
Tel. 0247-327122; 0765-365533
e-mail: aurelsda@yahoo.com